

とうふちくわのItaliane

キューピー 



1人分 約234 kcal



材料 (2人分)

とうふちくわ 3本
砂丘長いも 適量
砂丘らっきょう 適量
ピザ用チーズ 適量
アスパラガス 8本
プチトマト 4個

キューピーハーフ 適量
キューピー Italiane 適量
バジルソース
キューピー 適量
トマトと野菜のタルタル

作り方 (調理時間10分)

1. とうふちくわは厚さを半分にし、さらに長さ半分の斜め切りにする。
A 緑色のとうふちくわ のうちの1本分にバジルソースを薄くぬり、皮をむいてみじん切りにした砂丘長いもを散らし、ピザ用チーズをのせる。
B 黄色のとうふちくわ のうちの1本分に刻んだ砂丘らっきょうをのせ、キューピーハーフで線描きをする。
C 赤色のとうふちくわ 残りの に具のソースをぬり、ピザ用チーズをのせる。
2. アスパラガスは下半分の皮をむき、熱湯でゆでる。アルミホイルにとうふちくわをのせ、オーブントースターで焼く。
3. 器にプチトマトとアスパラガス、とうふちくわを盛り付ける。